

Rapport d'expérience

Informations de bases	Auteur	sofia.comolli@unifr.ch
	Type de mobilité	SEMP
	Quand	SA2023, 4 mois
	Voie d'études	À l'UNIFR : Études sur la famille l'enfance et la jeunesse. À l'Université Paris Nanterre : Psychologie.
	Niveau pendant le séjour	Master, 2ème année
	Université choisie	Université Paris Nanterre, France
Avant le séjour	Inscription	Inscription via le service des relations internationales de Fribourg (tout est clairement expliqué et détaillé). L'inscription à l'Université Paris Nanterre s'est faite automatiquement.
	Préparation	De manière générale, j'ai préféré me laisser surprendre une fois sur place. Pour ce qui est des aspects plus pratiques : comme ma langue maternelle est l'italien mais que je vis à Fribourg depuis de nombreuses années, je n'ai pas pris de cours de langue, ni à Fribourg ni à Paris. - J'ai veillé à ce que mon assurance prenne en charge les frais en cas de maladie à l'étranger.- J'ai cherché sur Internet tous les cours qui m'intéressaient à l'université de Paris Nanterre.
	Visa, autres formalités	Je n'ai pas eu à faire de démarches particulières.
	Arrivée dans le pays d'accueil	Je suis arrivé en train à la Gare de Lyon, qui est parfaitement desservie. Venant de Fribourg, le train est le moyen le plus pratique pour se rendre à Paris. En plus d'être plus écologique, vous arriverez déjà au centre-ville. Les aéroports sont situés en dehors de Paris.
Sur place	Impressions générales du séjour	Une telle expérience est, à mon avis, à faire ! Elle permet de sortir de sa zone de confort, de découvrir d'autres réalités et d'autres approches. Je la recommande à toutes et à tous ! Sur le plan académique, je trouve qu'un semestre peut suffire. D'autre part, Paris est une ville très grande et très stimulante. Pour cette raison, 4 mois peuvent être courts.
	Logement	J'ai habité dans un studio dans le 12e arrondissement. Il est très difficile de trouver un logement, il faut donc s'y prendre à l'avance, rejoindre des groupes Facebook, éventuellement chercher par l'intermédiaire d'agences. L'université met à disposition des chambres dans des résidences universitaires (Crous) pour un prix très bas.
	Coûts	Le coût de la vie est assez similaire à celui de la Suisse. Il existe de

nombreuses associations qui fournissent des paniers à bas prix, TooGoodToGo peut également être une bonne alternative pour ne pas trop dépenser et éviter le gaspillage alimentaire. Pour les sorties au restaurant, vous pouvez obtenir des réductions avec l'app « The Frok ». Le soir, de nombreux bars proposent un happy hour. Pour le shopping, si vous aimez les vêtements de seconde main, vous trouverez de nombreuses friperies à des prix abordables. Si vous souhaitez vous déplacer dans la ville, la visiter, etc., il faut compter 86 euros par mois de frais de transport. Si vous restez un an, il vaut mieux prendre un abonnement annuel et faire les démarches avant d'arriver, car cela peut prendre jusqu'à 3 semaines (pendant lesquelles, vous devez payer vos billets).

Université d'accueil :
Informations générales

L'Université Paris Nanterre est très grande et située un peu en dehors de Paris, mais facilement accessible avec les transports en commun. L'université compte de nombreuses associations étudiantes qui luttent en faveur des droits de l'homme/des étudiants. Vous pouvez y adhérer si vous le souhaitez. Des distributions gratuites de nourriture, de produits d'hygiène, etc. sont souvent proposées.

Université d'accueil :
Informations académiques

Les étudiants en échange sont bien pris en charge. L'inscription aux cours et aux examens se fait auprès des responsables pédagogiques (toujours disponibles), elle est donc très facile et les changements peuvent se faire pratiquement jusqu'au dernier moment. Quant à l'éventail des cours proposés, il est large et presque tous sont également ouverts aux étudiants en échange. Je vous recommande d'aller assister à tous ceux qui vous intéressent dès le premier cours, car pour certains d'entre eux la présence est obligatoire. Ils sont presque tous donnés en français. Seul défaut : les dates d'examen sont connues relativement tard. En ce qui concerne les masters de psychologie et de sciences de l'éducation, les classes sont relativement petites. Les étudiants et les professeurs, souvent, se connaissent et l'environnement est familier.

Pays d'accueil

Laissez-vous surprendre et transporter par la magie de Paris, avec le temps vous apprendrez à connaître des endroits un peu moins touristiques mais très sympas !

Vie sociale, loisirs

Je suis arrivée sans connaître personne. Paris est une ville formidable qui propose même des bars pour ceux qui cherchent à faire des rencontres ! J'ai participé aux activités proposées lors de la semaine d'accueil à l'université, ce qui m'a permis de faire connaissance d'autres personnes. Il y a aussi ESN pour tous les étudiants en échange, si vous vous inscrivez aux groupes WhatsApp, vous verrez qu'il y a plusieurs activités qui sont proposées hebdomadairement. Paris est vivant 24 heures sur 24, quoi que vous cherchiez, vous le trouverez! L'université propose également diverses activités intéressantes. En ce qui concerne le sport, l'université vous permet de vous inscrire gratuitement à un cours (boxe, natation, volley-ball, etc.), je vous recommande de le faire rapidement car les places sont vite prises ! Si, en revanche, vous voulez faire du sport en dehors de

l'université et découvrir des lieux et des disciplines différentes, il existe aussi des formules comme ClassPass (relativement cher à mon avis mais super cool ! Vous pouvez faire un essai gratuit d'un mois). Sinon, il y a des salles de sport à tous les coins de rue, le seul bémol étant que l'abonnement se fait souvent à l'année.

Commentaires, remarques

-
